

普通食

ご高齢者向けの栄養バランスや食べやすさはもちろん、食材の安全や食の楽しみにもこだわって調理しています。

おかずのみ **460円+税** おかずとごはん **510円+税**

イカと野菜の煮物

やわかいイカと色とりどりの野菜を煮物にしました。色鮮やかな野菜が食欲をそそられます。



青菜と干しエビの炒め物

青菜と干しエビの相性がバッチリの炒め物です。

ごはん

担当者が産地を巡り歩き、お弁当に合う「冷めても美味しい」お米を厳選。ふっくらと美味しく炊き上げました。

南瓜のクリーミーサラダ

甘くておいしい南瓜をクリーミーにサラダ仕立てにしました。

照焼チキン

和食の定番の照焼チキンです。鶏肉のうま味が凝縮されています。

茹でブロッコリー

栄養価が高いブロッコリーを茹で、さっぱりとした食感で素材のそのままを味わえます。

やわらか食

見た目はそのままのやわらか食弁当。見て楽しんで香りを感じて、舌で味わえるお弁当です。

おかずのみ **700円+税** おかずセット **740円+税**



アジの
トマト
ソース
弁当

独自技術により、軟らかく調理されています。舌やスプーンで簡単にくずすことができ、溶けるような軟らかさを実現しました。



牛肉の
デミグラス
ソースかけ
弁当



まごころ小町

美味しさはそのままに、低カロリー・低塩分のお弁当。お求めやすいお手頃価格です。

小町 **380円+税** 小町(大) **400円+税**

照焼チキン



カレーの
生姜煮



カロリー調整食

カロリーをバラつきの少ない一定の値に調整し、栄養バランスの良いカロリー計算が必要な方に適したお弁当です。ダイエットや食事療法も無理なく続けられます。



鶏肉と根菜の煮物

- カロリー 262kcal
- たんぱく質 12.0g
- 炭水化物 33.3g
- 脂質 8.6g
- ナトリウム 610mg
- 食塩相当量 1.5g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です



赤魚の煮付け

- カロリー 222kcal
- たんぱく質 12.4g
- 炭水化物 22.2g
- 脂質 8.8g
- ナトリウム 556mg
- 食塩相当量 1.4g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

おかずのみ **695円+税**
おかずとごはん **741円+税**

たんぱく調整食

かかりつけの医師による指導があり、たんぱく質の摂取量の注意が必要な方へ



鮭のバター醤油焼き

おかずのみ **741円+税**
おかずとごはん **787円+税**
おかずとたんぱく調整ごはん **858円+税**

たんぱく調整食の栄養基準

1食あたり ※おかずのみ	
カロリー	294kcal
たんぱく質	10g以下
脂質	16.9g
炭水化物	29.1g
カリウム	500mg以下
リン	210mg
食塩相当量	1.7g

ムース食

食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方に適したムース食です。見た目の美味しさや料理の香りも兼ね備えているので、美味しい食事を安心してお召し上がり頂ける新しい食事形態です。



うなぎの蒲焼ムース



牛すき焼きムース

おかずのみ **600円+税**
おかずとごはん **650円+税**

掲載の写真は全て献立の一例です